

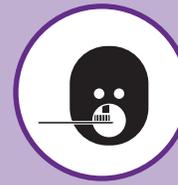


ធ្មេញនិងអញ្ញាញធ្មេញរបស់ក្មេង គឺសំខាន់ណាស់ ។ ធ្មេញគឺត្រូវការសំរាប់ការទំពារ ការនិយាយស្តី និងសំរាប់ការញញឹម ។

ធ្មេញកូនដែលត្រូវនៅតែមានសុខភាពល្អ ទោះបីជាវាទាំងបាក់បែកដាច់ដោយ ។ វាក្រែងក្នុងន្ទៃធ្មេញ ត្រង់ និងធ្មេញធ្មេញអចិន្ត្រៃយ៍មានសុខភាពល្អ ។

ត្រូវធ្វើឲ្យប្រាកដ ថាធ្មេញនិងមាត់របស់អ្នកមានសុខ ភាពល្អ ។ មេរោគនៅក្នុងមាត់របស់អ្នក ដែលនាំ ឲ្យប្រហោងធ្មេញ និងធ្វើឲ្យពុកធ្មេញអាចឆ្លងរាលដាលទៅកូនរបស់អ្នកបាន!

- មិនត្រូវប្រើស្លាបប្រា ឬសមចូលគ្នាសោះឡើយ។
- កុំទំពារម្ហូបរបស់ក្មេង ឬក្តាប់ម្ហូបមុននឹងអ្នកបញ្ជាក់កូន អីត ។
- សំអាតក្បាលដោះជីវជាមួយទឹកគឺមិនមែនដោយ លិតនោះទេ ។
- ថែរក្សាធ្មេញរបស់អ្នក ហើយទៅជួបពេទ្យធ្មេញ សំរាប់ខ្លួនអ្នកផ្ទាល់ ។



ពីកើត ទៅដល់អាយុ ១ ឆ្នាំ :
• កូនដែលភាគច្រើនដុះធ្មេញដំបូងរបស់វា នៅពេលមានអាយុប្រហែលជា ៦ ខែ ។ ប៉ុន្តែវាជាការប្រសើរ ណាស់

- ដើម្បីការពារធ្មេញរបស់កូនអីត ចាប់តាំងពីដើមដំបូង ។
- ឲ្យកូនអីតរបស់អ្នកប្រើដោះ ។
 - ដាក់កូនអីតឲ្យគេង ដោយពុំមានដបទឹកដោះនៅ ជាមួយ ។
 - ចាប់ផ្តើមឲ្យកូនអីតផឹកទឹកតែងនៅពេលមានអាយុ ៦ ខែ ។
 - ជូត ឬដុសអញ្ញាញធ្មេញនិងធ្មេញរបស់កូនអីត រៀង រាល់ថ្ងៃ ជាពិសេសក្រោយពេលញ៉ាំហើយ ។
 - ប្រើក្រណាត់ស្អាតៗ ឬស្លឹម ឬក៏ទន់ ដើម្បីដុះធ្មេញ របស់កូនអីត ។
 - កុំប្រើថ្នាំដុសធ្មេញ ។

ចាប់ផ្តើមនៅអាយុ ១ ឆ្នាំ ត្រូវយកកូនអីតទៅជួប ពេទ្យធ្មេញ ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់មួយឆ្នាំម្តង ។

- កុំឲ្យកូនអីតម៉ឹមនឹងដបទៀត ក្រោយពីមានអាយុ ១២ ខែ។
- ឆែកមើលធ្មេញនិងអញ្ញាញធ្មេញរបស់កូនអីត រៀង រាល់ថ្ងៃ ដើម្បីឲ្យដឹងជាមុននៃរោគពុកធ្មេញ ។
- រកមើលដុំពណ៌ស ពណ៌ខ្មៅ ឬពណ៌ខ្មៅ នៅលើ ធ្មេញរបស់កូនអីត ។ បើសិនជាអ្នកឃើញមានដុំអ្វី មួយ ត្រូវយកកូនទៅជួបពេទ្យធ្មេញភ្លាម ។
- ឆែកមើលអញ្ញាញធ្មេញ ក្រែងលោវាមានការហើម ឬមានចេញឈាម និងមានមុន ។

ល្អិតសុខភាពធ្មេញ

សុខុមាលភាពធ្មេញ សំរាប់ការញញឹមរីករាយ

ការរក្សាធ្មេញនិងអញ្ញាញធ្មេញរបស់ក្មេង ឲ្យមានសុខភាពល្អ



ការពារធ្មេញរបស់ក្មេង ចាប់តាំងពីអាយុ ១ ទៅ ២ ឆ្នាំ ។

- បញ្ឈប់ឲ្យម៉ឹមនឹងដបទៀត ហើយបន្តឆែកមើលធ្មេញនិងអញ្ញាញធ្មេញឲ្យបានរៀងរាល់ថ្ងៃ ។
- ដាក់ទឹកនៅក្នុងតែងរៀនផឹក បើសិនជាវាយំទារយកដបមានក្បាលដោះ ។
- ឲ្យវាញ៉ាំចំណីក្រៅពេល នៅរវាងពេលញ៉ាំ តែមិនមែនរបស់ផ្អែមឡើយ ។
- លាងថ្នាំមិននិងអញ្ញាញធ្មេញ នឹងក្រណាត់ស្អាត ឬ ច្រាសដុសធ្មេញទន់ៗ ដោយមិនប្រើថ្នាំដុសធ្មេញ ។
- ឆែកមើលជាម្យ៉ាងរាល់អាទិត្យ ដើម្បីឲ្យដឹងជាមុននៃសញ្ញារោគពុកធ្មេញ ។



ការពារធ្មេញរបស់ក្មេង ចាប់តាំងពីអាយុ ១ ទៅ ២ ឆ្នាំ ។

- បញ្ឈប់ឲ្យម៉ឹមនឹងដបទៀត ហើយបន្តឆែកមើលធ្មេញនិងអញ្ញាញធ្មេញឲ្យបានរៀងរាល់ថ្ងៃ ។
- ដាក់ទឹកនៅក្នុងតែងរៀនផឹក បើសិនជាវាយំទារយកដបមានក្បាលដោះ ។
- ឲ្យវាញ៉ាំចំណីក្រៅពេល នៅរវាងពេលញ៉ាំ តែមិនមែនរបស់ផ្អែមឡើយ ។
- លាងថ្នាំមិននិងអញ្ញាញធ្មេញ នឹងក្រណាត់ស្អាត ឬ ច្រាសដុសធ្មេញទន់ៗ ដោយមិនប្រើថ្នាំដុសធ្មេញ ។
- ឆែកមើលជាម្យ៉ាងរាល់អាទិត្យ ដើម្បីឲ្យដឹងជាមុននៃសញ្ញារោគពុកធ្មេញ ។



ការពារធ្មេញរបស់ក្មេង ក្នុងកាលដែលគេមានវ័យ ចាស់ជាងមុន ។

នៅពេលក្មេងមានអាយុ ៣ ទៅ ៥ ឆ្នាំ ។

- ជួយក្មេងឲ្យដុសធ្មេញ ឲ្យបានយ៉ាងហោចណាស់ពីរដងក្នុងមួយថ្ងៃ ។
- ដុសសំអាតធ្មេញរបស់គេ ជាមួយខ្សែអំបោះគ្មារៗ ជាម្យ៉ាងរាល់ថ្ងៃ ។
- យកកូនទៅជួបពេទ្យធ្មេញ ឲ្យបានយ៉ាងតិចបំផុត មួយឆ្នាំម្តង ។

តើគ្រូលំមិនដឹងជាទីនរកពេទ្យធ្មេញម្នាក់ នៅទីណាឬ?

- ទូរស័ព្ទទៅសមាគមពេទ្យធ្មេញ កាលីហ្វ័រនីញ៉ា: (៨០០) ២៧២-៧៦៤៥ ឬ (៨០០) CDA-SMILE
- ទូរស័ព្ទទៅសង្គមនៃពេទ្យធ្មេញកូនក្មេង កាលីហ្វ័រនីញ៉ា: (៨០០) ៥០៧-៨៧៨០
- ទូរស័ព្ទទៅលេខប្រចាំការ Denti-Cal: (៨០០) ៧២២-៦៧៨៤